Disputatio MEDICA Inauguralis,

De EXERCITATIONE;

QUAM,

Annuente Summo Numine,

Ex Auctoritate Amplissimi Senatus ACADEMICI EDINBURGENSIS, et Nobilissimæ Facultatis MEDICÆ Decreto;

PRO GRADU DOCTORATUS,

Summisque in MEDICINA HONORIBUS et PRIVILEGIIS ritè et legitimè consequendis,

Eruditorum examini subjicit,

GILBERTUS THOMPSON, *Anglo-Britannus*,

Die sexto Iduum Junii, horâ locoque solitis.

Mobilitate viget, viresque acquirit eundo. VIRG.

EDINBURGI:

Apud W. SANDS, A. MURRAY, & J. COCHRAN,

MDCCLIII.

PATRUO SUO HONORANDO,

GILBERTO THOMPSON,

G. THOMPSON, S.

IIS imbui principiis, quæ cùm mores ad virtutem componunt, tum optimis artibus ingenium excolunt, beneficium eſt ipſâ vitâ charius. Quantum igitur debeo liberalitati tuæ, diligentiæ, præceptis! Nec ſolùm earum rerum quæ ad pietatem ſpectant et eruditionem, tradidiſti diſciplinam; ſed tuo ipſius exemplo viam præmonſtraſti. Hâc itaque occaſione memorem animum gratumque teſtari gaudeo; quem tibi commendatum velim, non à verborum luxurie, ſed mentis ſimplicitate. Vale.

DISPUTATIO MEDICA,

De EXERCITATIONE.

CORPUS humanum variis actionibus aptum natum est, quæ ut diversis ac penè infinitis inserviunt usibus, sic ad corporis ipsius conservationem mirificè conducunt.

ANTIQUI, quibus tenuis et curta fuit medicamentorum supellex, per diætam præcipuè et exercitationem, methodum therapeuticam instituebant; quæ quanti fuerint tunc momenti, eorum produnt monumenta: imò in hac sola, medelæ summam posuerunt non ignobiles veteris ævi medici. Nec eam neglexerunt summi philosophi, quibus imprimis erat cura servare mentem sanam in corpore sano: horum quippe mos laudandus probè notus est, qui caverunt, ne, dum animi prospicerent emolumento, corpus otio torpesceret.

MEDICINÆ gymnasticæ primus auctor videtur Herodicus *(a)*, magni Hippocratis præceptor: ille enim observans,

(a) Le Clerc histoire de la medecine, part 1. lib. 2. cap. 8.

quòd juventus tutelæ suæ mandata, dum exercitiis usitatis incumberent, optimâ sanitate fruerentur, indeque firmiores evaderent, felicem hunc effectum exercitationi prudenter acceptum retulit; ideoque hanc ut artem stabilivit, quâ sanitas amissa recuperari, præsens conservari posset. Post hoc inventum egregius iste vir multos habuit sectatores, adeò ut per totam Græciam inclaruit ars gymnastica: constructa fuerunt publica gymnasia, non solùm rebus bellicis inservientia, verùm etiam morborum curationi: huc igitur omnes amandârunt medici quotquot morbis chronicis detinebantur. Apud Athenienses et Lacedæmonios idem mos obtinuit: et si his priora secula respiciamus, videbitur quòd Ægyptii non multum tribuebant istis exercitiorum generibus quæ non ad corpus invigorandum, et ad valetudinem firmandam facerent. Persæ etiam, teste Xenophonte *(b)*, necessariam ac utilem duxerunt hanc speciem medicinæ. In posterioribus seculis, dum in chemicis figmentis et remediis specificis toti erant medici, exercitatio haud ita multum exculta fuit, donec immortalis Sydenhamus pristinam ejus dignitatem restituit, atque usum meritis laudibus celebravit.

Sed, ut omittamus summorum virorum de hac re testimonia, Natura ipsa dux vitæ et moderatrix necessitatem nobis exercitii indigitat, utpote quæ non sine violento luctamine, aut morborum pleraque symptomata levare, aut

(b) Cyropædia. Roll. anc. hist. vol. 2.

ipſos morbos expellere ſolet. In Catarrho caput gravatur, copioſa pituita internam laryngis tunicam et bronchiorum obducit, è naribus frequens lymphæ ſtillicidium; hinc ſternutatio et tuſſis frequentes, quæ humores magis fluxiles evacuant, craſſos ſolvunt et attenuant. Oſcitationes et artuum extenſiones, ex copia perſpirabilium, ad expulſionem optimè præparatorum, obſervante Sanctorio *(c)*, excitantur: hanc autem materiam ſupervacuam vehementer inde ac ſubitò purgari, idem auctor eſt. Plus quàm veriſimile eſt, motus convulſivos naturæ eſſe conamen, quo expediantur nervi ab acri quodam irritante. Annon tremores in febribus intermittentibus egregii ſunt usûs? An fieri poteſt quin, tam validâ vaſorum actione, ſanguinis lentor mirum in modum ſolvatur, obſtructa capillaria recludantur *(d)*? Apud vulgus etiam concuſſiones hujuſmodi violentiores pro ſigno habentur ſalutari.

VERUM Natura ſibi ſoli commiſſa, huic operi ſæpe impar eſt; aliquo ſubinde ſtimulo eſt excitanda, alioqui languet et fatiſcitur. Pallor ac debilitas, torpor ad motum, mentis ſtupor, obſtructa viſcera, aliaque mala inde pendentia, otioſæ vitæ numeroſa ſunt proles: unde deduci poſſunt laboris præſtantia et neceſſitas; quæ ſanè tanta eſt, ut affirmare auſus ſit Lommius, quòd non ætas, non corpus, non denique temperatura ulla eſt, cui laboris neglectus ſit indemnis *(e)*.

(c) Aph. 33. 34. § 4.
(d) Cheyne on the diſeaſes of the body, *&c.* part 3. cap. 1. § 11.
(e) Commentar. in Celſ. de ſanit. tuend.

SED,

Sed, ne diutiùs in limine insistamus, quibus modis in nostra corpora suos edit effectus exercitium, statim expediendum. Melioris autem ordinis gratiâ, de motu musculari in genere pauca sunt dicenda.

Effectus musculorum motûs in genere erit,

1*mo*, Majorem sanguini fluorem conciliare.

Ex anatomicis novimus, quòd omnes partes musculares per arterias sanguinem recipiunt, eundemque per venas ad cor reducunt. Præterea rami arteriarum satis longi intra musculos decurrunt, feruntque suum humorem ad remotiores corporis plagas. Musculis alternè contractis et dilatatis, in prædicta vasa magnus fit impetus, sanguis in iis contentus vehementer exprimitur, et denuo admittitur; unde necessariò tenuari, dissolvi, et atteri potest. Sub hoc etiam casu sanguinis venosi reditus versus cor acceleratur; quod fortiùs jam frequentiùsque se contrahet, atque adeò motum totius massæ sanguineæ reddet citatiorem. Fluidorum vi impellente sic auctâ, intenditur etiam vasorum renitentia: hinc non solùm per partes motui musculorum primariò subjectas, sed etiam in universo corpore, major fiet humorum attritus et subactio.

2*do*, Perspirationem insensibilem augere.

Nam

Nam à vehementiore ſanguinis et humorum motu et attritione materies excernenda, tum ad tranſpirationem aptior redditur, tum fortiùs exprimitur per poros cutaneos. Si autem vehementior ſit motus, vel diutiùs protrahatur, erumpit ſudor; nempe prædictis cauſis jam auctis, intenſior excitatur calor, quo relaxantur poruli, indeque huic ſecretioni magis pervii fiunt.

3*tio*, Fibras roborare.

Fluidorum (ut ſuprà dictum eſt) actione motûſque celeritate aucta, ſolida exſtimulantur ad fortiores renixus; quæ ita à natura ſunt comparata, ut quo validiùs contrahuntur, eo majorem vim nanciſcantur. Neque prætereundum eſt, motum muſcularem nutritionis elementa fibrarum parietibus fortiùs applicare; cujus rei defectus inter cauſas fibræ nimis debilis à ſummo Boerhaavio recenſetur *(f)*.

Nec ſanè quæ modò adducta ſunt argumenta theoriâ nituntur fictâ; eadem enim re expertâ comprobantur. Si eorum ſanguis qui multum ſunt in laboribus, oculorum indagini ſubjiciatur, intensè rubet; denſus eſt, gravis, et fluidus; haud facilè craſſamentum à ſero ſeparatur; adeò intimè uniuntur ſua inter ſe principia. Fibrarum compages firma eſt et elaſtica; corporis habitus plerumque gracilis; quicquid enim ſit hu-

(f) Aph. 25.

moris ſuperflui, motu et laboribus conſtanter per poros eliminatur.

Inspiciamus nunc quid ſequitur, ſi motus ad altiſſimum gradum evehatur, quo non modò ejus utilitatem, ſed et incommoda clariùs tenere poſſimus.

Primum à violento exercitio ſanguinis celeritas, frictio inter vaſa et humores contentos, calorque corporis, in immenſum augentur: hinc ſanguis majus occupat ſpatium quàm antea; omnium canalium latera dilatantur; liberiùs perſiciuntur ſecretiones, parteſque humorum aquoſæ magnâ copiâ diſſipantur; unde reliqua maſſa lenteſcit et inſpiſſatur. Alia vehementioris motûs indoles eſt, ut animalium fluida acria reddat, maximèque prona ad alkali volatile: hæc frictionis et caloris notiſſima ſunt effecta.

Hactenus de motu in genere. Quoniam autem ſunt variæ exercitamentorum ſpecies, quibus ſuæ ſunt ſingulares proprietates et effectus, de uſitatioribus paucis agemus.

Ambulatio. Hoc eſt exercitium naturæ maximè familiare, et (ut omnes norunt) actione muſculorum omninò perficitur; unde operatio ejus et vires peti debent. Quoniam verò talis motus non ſine inſigni ſpirituum animalium diſpendio celebratur; hinc ſanis potiùs quàm infirmis convenit. A-

lia

lia sunt hujusmodi exercitia quæ peculiares corporis partes respiciunt. Sic campanarum pulsatio pectus insigniter afficit, cavitatem thoracis ampliat, indeque infarctis pulmonibus auxiliatur. Cursus etiam et saltatio à nonnullis auctoribus memorantur; sed fortè motus tam violenti multis nocere possunt, paucis verò prodesse.

Ut breviter dicam, inter omnia quæ huic classi referuntur exercitia, quæque sanitati tuendæ destinantur, placida ambulatio maximè mihi arridet. Hæc appetitum acuit, alimentorum concoctionem et chyli distributionem adjuvat; ab hac excreta corporis promptiùs expurgantur. Hæc universam machinam leniter et æquabiliter concutit, nullam partem vehementiùs urgens. Adhæc caput non fatigat, dum in eo situ erectum servatur quem designavit natura. Quid quod iste motus nihil habet in se puerile, nihil sapiente viro indignum?

Clara Lectio. Hæc præcipuè exercet pulmonum et ventriculi regionem, stagnantes ibi humores egregiè discutit, ipsaque viscera confirmat. Igitur Celsus in stomachi vitiis claram vocem magnopere laudat *(g)*. Sed nullus antiquorum elegantiùs de hac re disseruit quàm Plutarchus. Inter alia, "Quotidianus (inquit) disputationis usus qui voce peragitur, "mira quædam est exercitatio, conducens non solùm ad bo- "nam valetudinem, verùm etiam ad corporis robur; non il-

(g) De medicin. lib. 1. cap. 8.

" lud

" lud quidem palæstricum, sed quod partibus maximè vitalibus " principalissimisque vim internam, vigoremque verum ac ge- " nuinum inserat. At cùm vox sit agitatio spiritûs, non le- " viter nec in superficie, sed velut in ipso fonte, in ipsis visce- " ribus valens, et calorem auget et sanguinem subtilem red- " dit, et omnes purgat venas et omnes aperit arterias; humo- " rem verò superfluum non sinit crassescere, neque fæcis in " morem subsidere, in his conceptaculis quibus accipitur et " conficitur cibus" *(h)*. " Exinde est (Baglivii sunt verba) " quòd viri religiosi et claustrales, quamvis non multo utantur " exercitio, vitam tamen salubrem ducant; quia scilicet diu " noctuque in choro vocem exercent in canendis precibus *(i)*." Verum enimvero licèt vociferatio prudenter instituta corpori salubris sit; perperam tamen adhibita, nonnunquam funesta secum trahit incommoda. De hoc argumento consulatur Ramazzini, qui rem fusiùs et cum multa eruditione tractavit *(k)*.

Equitatio est maximè universalis medicinæ gymnasticæ species, et remedium in suo genere longè perfectissimum. Imbecillis apprimè utilis est; quippe quæ peragitur sine multa defatigatione, vel spirituum animalium jactura. Ab hac corpus succussiones alternas patitur: unde circumacto sanguini calcar additur; calorque non fugax, sed permanens ac veluti nativus, universæ nostræ fabricæ ingeneratur. Equitatio pendula visce-

(h) De tuenda valetudine.
(i) De tarantula dissert. 1. cap. 13.
(k) De morb. artific. cap. 40.

ra

ra primo loco agitat, multùm roborat, et infarcta repandit et absterget. Digestionem languescentem adjuvat: nam à tali motu, cibus maturè concoctus citiùs decutitur, et sine mora recipiuntur humores in sanguinem. Adde quòd hujusmodi jactatio ipsum sanguinem renovat, eique novum accersit vigorem. Ab equitatione diaphoresis copiosior provocatur, ut ab experimentis Sanctorianis abundè patet: hinc sanguis ab acerrimis suis particulis purus servatur. Porro externi aëris pressio in corpus augetur: hinc ob majorem resistentiam celeriùs movetur sanguis: præcipuè autem hoc accidit pulmonibus; inde magis turgent vesiculæ, cruorque magis subigitur; qui, si satis fluxilis sit ut trajiciatur per pulmones, reliqua corporis vasa facilè permeabit. Quin et equitatio vel hoc nomine utilis est, quòd corporis nostri atmosphæram perpetuò difflat dissipatque; cujus effluvia corpori circumfusa, et in pulmones hausta, valdè forent nociva; aërem quippe inquinant, et graviorem faciunt, indeque respirationi prorsus ineptum.

Nec solùm corpus exercitationis hujus commoda sortitur, verùm etiam animus ipse quodammodo confirmatur inter equitandum, curas deponit edaces, atque subitâ alacritate erigit se et exsurgit. "Mirum est (ait Plinius) quàm animus agi-"tatione et motu corporis excitetur" *(l)*. De inferiore etiam motûs genere philosophus affirmat gravissimus, "quòd eorum "animus qui in aperto aëre ambulant, sese attollat" *(m)*.

(l) Epistol. 6. lib. 1.
(m) Seneca de tranquillitate, lib. 1.

Vectio in rhæda vel curru eosdem ferè præstat effectus; sed eorum motus minùs est æquabilis; istis tamen conveniunt qui ob virium defectum in equo se sustinere nequeunt.

Vectio in navi aut cymba plurimum conducit debilibus, præcipuè si longiùs protrahatur, et placido motu feratur navigium; tunc enim (affirmante Sanctorio) ad debitam perspirationem mirificè disponit *(n)*. Hinc miram alacritatem solet excitare, famem augere, alimentorum digestionem adjuvare. Ea autem quæ fit in procelloso mari, robustissimum hominem non assuetum, vertigine, vomitu, anxietate intolerabili, ipso animi deliquio afficit. Hinc casu aliquando inveteratos morbos sanari constat. Si autem vomitionis usum tantùm respiciamus, sànè multo tutius et conducibilius est emetica arte præparata exhibere, (quoniam hæc ægri viribus facilè possumus accommodare), potiùs quàm turbato mari confidere; cujus effectus non nostri est arbitrii, sed vagus et eventûs incerti.

Atque sic ea exercitiorum genera percurrimus quæ maximè ab auctoribus commendantur, quæ hodierno sunt in usu, quæque medicus apprimè debet callere: sed non satis est quid boni ea præstent novisse, nisi ad certas leges revocentur; nam "remediorum aptus usus in arte medica præcipuum est" *(o)*.

1*mo*, Post absolutam coctionem, saltem non pleno ventre

(n) Aph. 29. § 5.
(o) Galen.

exercendum

exercendum eſt; hoc enim modo materies jam coƈta faciliùs excernitur: coƈta autem non cruda ſunt evacuanda *(p)*. Porro exercitatio ſtatim à paſtu inſtituta, cibos præmaturè in inteſtina deturbat, et ideò officit digeſtioni; quia ſecretiones per cutem auget, et proinde copiam ſucci gaſtrici minorem reddit. Et quoniam motus muſcularis perfici nequit, niſi ſpiritus animales in muſculos deriventur, ventriculus interim debitâ ſpirituum copiâ fraudabitur, quibus inter digerendum opus eſt quàm maximè.

2*do*, EXERCITATIO ſenſim inſtituenda eſt. Hoc in debilibus valdè neceſſarium eſt, alioqui metus eſt ne auƈtus ſanguinis impetus vaſculi alicujus diruptionem inducat. Sub hoc caſu à leniſſima veƈtione incipiendum; proximè ſuccedat equitatio; inſtauratis autem viribus, commodè ſatis ſequatur ambulatio. Ut breviter dicam, motio omnis et viribus corporis et ingeſtorum naturæ atque copiæ perpetuò par eſſe debet.

3*tio*, EXERCITATIONIS finis debet eſſe ſudor levis, aut certè laſſitudo quæ citra defatigationem ſit; ita nos monente facundiſſimo Celſo *(q)*. Sed hæc regula certas habet cautiones: "diſcernere enim inter varia ſudoris genera convenit, ſcireque "quem corporis natura et quem laboris nimietas magis fun-"dat" *(r)*. Multos enim videas à leviſſimo motu ſudore ſta-

(p) Hippocrates.
(q) De medicin. lib. 1.
(r) Lommii comment. in lib. 1. Celſi.

tim

tim diffluere; aliis post laborem diuturnum vix tandem sudor perrumpit: unde licet inferre, quòd levioris lassitudinis sensus potior sit exercitii terminus.

4to, EXERCITATIONE finitâ, cavendum est ne aëri frigido corpus exponatur. Hoc maneat præceptum in omnium animis altè insculptum. Notari debet, quòd omnis homo inter exercendum plus minùs febricitat; inflammatio occupat universum corpus, ut ex partium rubore manifestum est; sed cùm tradit se quieti, febris sponte solvitur. At verò si quis corpus jam calore rubescens frigoris vi permittat, vasorum diametri minuuntur; augetur vis à tergo pellens; obstructiones modò formatæ confirmantur, et occluduntur cutis pori; adhæc frigoris vis ipsum sanguinem in vasculis minimis coagulat: ex hoc malorum fonte febres ardentes pessimi moris, citòque lethales, non raro originem duxerint.

QUINETIAM observatu dignum est, quòd in morbis diuturnis, (si felicem eventum speraret æger), exercitium, non minùs quàm alia medicamenta, constanter et indies usurpare oportet. Hac normâ neglectâ, multos vana spes salutis fefellit; quippe qui citiùs convalescere vellent quàm naturæ patiuntur leges: hi enim per paucos dies has regulas secuti, et parum fructûs inde percipientes, ab optimo proposito resiliunt. Sed meminerint isti, quòd morbi longi sensim nos invadunt, sensim etiam fugandi sunt: atque licèt effectus primi laboris levissimus

sit,

ſit, plurimum valebit in laborè perſeverantia. Annon videmus quòd

Ferreus aſſiduo conſumitur annulus uſu;
Interit aſſiduâ vomer aduncus humo:
Quid magis eſt ſaxo durum? quid mollius undâ?
Dura tamen molli ſaxa cavantur aquâ (ſ).

DENIQUE, fruſtra diſciplinam hanc gymnaſticam ſequêris, niſi comes accedat temperantia; aliter enim quicquid unâ manu conſtruxeris, altera ſubvertet. Tanti eſt ut obſervemus aureum illud divini ſenis præceptum, "Non ſatiari cibis, et "impigrum eſſe ad labores."

RESTAT nunc ut exponam quibus temperamentis convenit exercitium, quibus etiam in morbis inſignioris eſt uſûs; denique qualia corpora et quænam morborum genera aut uſum ejus vetant, aut ſummam in uſu cautelam indicant. Quæ autem jam dicturi ſumus, ex ſuprà poſitis principiis tam facilè emergunt, ut multis verbis non erit opus.

IN laxiore corporis compage, omnibuſque morbis inde natis, optimum ſit remedium exercitatio.

QUANDOCUNQUE ita debilitantur ſolida, ut alimenta in-

(ſ) Ovid. de arte amandi, lib. 1.

gesta ritè concoqui nequeunt, hæc in ventriculo calido atque clauso diu hærebunt; atque si ex vegetabili regno petantur, suam sequentes indolem acescent plerumque. Talem sanè acrimoniam jam natam corrigere haud arduum; sed regenerationem ejus præcavere, hoc opus, hic labor est. Utrique indicationi felicissimè respondet ars gymnastica, et fortè plus præstat quàm ulla alia remedia. Nam, primò, omnis motus, ut suprà innuimus, ad acrimoniam disponit acido adversam. Alius ejus usus est, ut impediat ne cibus diutiùs in ventriculo moretur. His adde quòd vires concoctrices inde reparantur, adeò ut assumpta quæque subigant, et in chylum blandum mutent.

Exercitium mirè convenit in temperie phlegmatica, quatenus inertem sanguinem concitat, superfluam humiditatem exhaurit, glutinosis humoribus aptum restituit fluorem.

Qui temperamento sanguineo donantur, cautissimè corpus exercitent; talium enim sanguis ab insolito motu facilè accenditur usque in febrim.

Plethorici haud tutò exercitium adhibere possunt, (ne inflammationem concipiant distenta vasa, vel denique rumpantur); sed debitis evacuationibus præmissis, constanti motu plethoræ venturæ feliciter occurres.

Homines biliosi à motu vehementiore prorsus abstineant; nam quicquid siccat vel calefacit, hisce nocet corporibus.

In ventosis affectibus, ut et in aliis quamplurimis morbis, equitationi palma meritò tribuitur; siquidem hæc pendula et quasi fluctuantia abdominis viscera leniter et æqualiter concutit; nec solùm incarceratos flatus expedire apta est, sed quæ ipsius ventriculi robur et vim instauret, quo futuræ flatuum generationi potentiùs hic resistat.

Hypochondriaci fœminæque hystericæ multa remedia incassum tentati, fractisque jam et corporis et animi viribus, ad exercitium modò memoratum, quasi ad sacram anchoram, confugiunt: nec desunt exempla ubi optimos et planè mirandos præstitit effectus *(t)*. Sanè, si fert animus calorem ventriculi restituere, vel spasmos resolvere; si infarcta viscera aperienda sunt, vel conciliandus somnus opiatâ efficacissimâ; omni intentioni satisfacit equitatio aut gestatio. Ut autem hæ exercitii species curationem hujus morbi optimè absolvunt, ita motus muscularis optima hujus mali præservatio est. Unde, quæso, fit, ut colonus vitam ab miserrima hac ægritudine plerumque immunem degat? scilicet victu simplici, eoque diurnis laboribus parto, utitur. Hujus vitam fortunatam pulcherrimè depinxit poeta Gallicus his verbis.

(t) Vid. Syden. dissert. epist.

Agrestes operas obit indefessus; humoque
Semina nunc mandat, nunc debita dona reposcit.
Inde vigor membris, et nescia vita podagræ
Morborumque parit quos desidiosa voluptas:
Dulciùs hinc ori sapit esca, labore diurnam
Obsonante famem: faciles in cespite duro
Hinc veniunt somni; lecto quos dives ab aureo
Nequicquam profugos invitat; mollia pernox
Strata super, vigiles curas et membra volutans (u).

MULTIS nominibus commendat se equitatio in hydropicis. 1*mo*, Quatenus ab ea sanguinis principia magis intimè uniuntur; igitur partes ejus serosæ non adeò erunt proclives à reliqua massa disjungi, et in membranas cellulosas influere. 2*do*, Febriculam excitando, quâ humores aquosi absorbentur. 3*tio*, Usus equitationis frequens ita solidarum partium tonum restituit, ut novo humorum influxui repugnent. 4*to*, Externi aëris pressio multum inter equitandum aucta, corporis superficiem firmat atque arctat, et quasi fasciarum corpus involventium vice fungitur. Practicis autem probè notum est, quanti sit in hoc morbo tractando lenis vasorum compressio: imo ab hac sola, sæpe pro desperatis habiti morbi sanati fuerint *(x)*.

EXERCITIUM, secretionem per cutim promovendo, glandulas miliares aperit et deterget; indeque non potest non pro-

(u) Vanierii prædium rusticum, lib. 2.
(x) Van Swieten comment. in Boerhaavii aph. § 28.

desse

desse corporibus scorbuticis: nempe hic morbus pro causa agnoscit acrium humorum in vasis capillaribus stagnationem, atque vitæ sedentariæ non raro adjungit se comitem.

QUANTUM potest equi succussio in phthisi pulmonali (etiam confirmata), Sydenhami testantur monumenta. Ejusdem sententiam exemplis miris confirmat Fullerus *(y)*. Horum scripta, quibus nihil addendum restat, L. B. consulere non gravabitur.

VIRGINIBUS chlorosi laborantibus ea desiderantur medicamenta quæ sanguinem condensent, ejusque augeant momentum, ut majori vi in vasa uterina impingens, quà data porta demum effluat. Commodùm igitur remediis chalybeatis conjungitur equitatio; quo simul unita eundem scopum feliciùs attingant. Annon etiam equi agitatio impetum sanguinis regionem versus hypogastricam apprimè determinet?

IN omni morbo ubi minuenda vis vitæ potiùs quàm promovenda est, haud temerè usurpetur exercitium.

IN hæmorrhagiis quibuscunque insignioribus, nempe hæmoptysi fluore mensium immodico, vel ubi ab errore loci movetur aliqua inflammatio, adeò non exercitandum est, ut summa quies ægro est imperanda; in id enim adnitendum erit, ut quàm placidissimus servetur sanguinis circuitus.

(y) Medicin. gymnast.

SIQUANDO

Siquando suspicio aliqua esse incipiat de vasis alicujus ruptione, seu renes et vesica laborare cœperint, equitatio ablegandæ est; nihil enim his partibus magis noxium *(z)*.

In epilepticis plerisque summopere cavendum, ne vires vitæ ultra modum evehantur; adde quòd à stimulo quovis violento ingravescit hic morbus; hinc omnem motum vehementem sanguine viperino cautiùs evitet æger.

Ex diuturno labore fibrarum stamina rigescunt, et senectus morbus est ab earum nimia duritie oriundus: quapropter homines, ut propiùs accedunt ad ætatem senilem, ab omni labore sensim desuescere oportet.

Atque hæc habui de corporis exercitio; quæ nonnullis breviora fortè videantur quàm decebat; nam in hujusmodi argumentum area patet latissima. Sed hæc sufficiant, quò perito lectori innotescat, num hanc quam suscepi provinciam ritè intellexisse videar. Utinam sanè clarissimis nostris medicinæ professoribus digna proferre potuissem; sed non cuivis contingit hæc felicitas: me tamen et penes est et certè decet, magnos hos viros, ob summam artis peritiam, diligentiam in docendo, vitæ integritatem, admirari semper ac venerari.

(z) Ramaz. de morb. artific. cap. 36.

F I N I S.